

Zeitschrift: Horizonte : das Angebot von Pro Senectute Kanton Zug
Herausgeber: Pro Senectute Kanton Zug
Band: 15 (2009)
Heft: 30

Inhaltsverzeichnis

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 06.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Zum Jubiläum

Mit wachem Auge	4
Wir feiern	5
Erfolgreich seit 90 Jahren	6
Neun Jahrzehnte im Zeitraffer	7
Mit 90 Lenzen	11
Zwei Generationenprojekte	12
Tag der älteren Menschen	13

Kultur, Gesellschaft

Lichtblick Philosophie	16
Die Frage nach der Lebenskunst	16
Ikonen – Fenster des Himmels	17
Türkei und Griechenland	17
Kitsch oder Kunst – Gold oder Blech	18
Loslassen und Aufbrechen	18
Die kulturellen Werte Europas	19
Mundarten und Mundartliteratur	20
Pensionierung	20

Gestalten, Spielen

Fotografieren des beleuchteten Zuger Bahnhofs	21
Atelier Zeichnen	21
Atelier Ölmalen	22
Jassen	23
Jass-Turnier	23
Jassgruppe Herti	24
Ohne Schach ein Aussenseiter?	24
Schachtreff im Café PS	24
Acryl- und Ölbilder	25

Kunsthaus Zug

Olafur Eliasson	25
Roman Signer. Werke 1975–2007	26
Der Schatz am Zugersee	26

Burg Zug

Mut zum Hut!	27
Barocke Sakralkunst	27
Führung für Grosseltern und ihre Grosskinder	27

Musik, Gesang, Tanz

Nostalgiechor	30
Seniorinnenchor	30
Treffpunkt Gesang	30
Kammermusikensemble Streicher / Holzbläser / Continuo	31
Akkordeon-Ensemble	31
Mundharmonika spielen	31
Tanznachmittage	32
Line Dance	32
Internationale Volkstänze	32
Konzert mit dem BeglingerEnsemble	33
Adventsfeier	33



Adresse, Auskunft

Geschäfts- und Beratungsstelle
Pro Senectute Kanton Zug
Baarerstrasse 131
6300 Zug
Telefon 041 727 50 50
Fax 041 727 50 60
www.zg.pro-senectute.ch
info@zg.pro-senectute.ch
Konto ZKB Zug: 77-105.726-01

Auskunft und Anmeldung für Bildung und Sport
Telefon 041 727 50 55
Fax 041 727 50 60
Max Milian Hunkeler, Irène Schärli,
Cansu Bay (in Ausbildung)
anmeldung@zg.pro-senectute.ch

Anmeldeformulare
finden Sie diesem Heft beigelegt

Sprachen

Informations-Veranstaltung	36
5 Tage der offenen Türen	36
Russisch für die Reise	37
Wind of Change!	37
Englisch	38
Französisch	38
Italienisch	38
Spanisch	38
Bestehende Arbeitskreise	39
Singing together	41
Cantar en español	41

Informatik

Info-Veranstaltung PC-Kurse	44
PC-Anfängerkurs	45
PC-Einführung, Grundkurs	45
Word-Einführung, Textprogramm mit Word 2003/XP	46
Word-Einführung, Textprogramm mit Word 2007	46
Umsteigerkurs Windows Vista / Word 2007	46
Excel-Einführung mit Excel 2003/XP	46
Excel-Einführung mit Excel 2007	46
Üben und Repetieren mit Windows Vista	46
Üben und Repetieren mit Word 2003/XP	46
Privatstunden	47
Fotoarchivierung und Sicherung	47
Fotos und Bilder bearbeiten mit Adobe Photoshop Elements	47
Gestalten mit dem Textprogramm Word 2003/XP	47
Gestalten mit dem Textprogramm Word 2007	47
Ein Fotobuch gestalten	49
Einen Foto-Kalender gestalten	49
Internet-Kurs	49
E-Mail-Kurs	49

Gesundheit

Zahnlosigkeit – was gibt es für Behandlungsmöglichkeiten?	52
Anlässe der Aeskulap-Klinik	53
Gedächtnistraining	53
Tai-Chi/Qi Gong	54
Yoga	54
Pilates	55

Bewegung und Sport

Gleichgewichtstraining	58
Fitgymnastik	58
Kraft und Beweglichkeit	59
Rückengymnastik	59
Tennis	59
Fit/Gym-Turngruppen	60
Walking-Treff Zug	61
Tageswanderungen/Walking	61
Wandern Cham	61
Wandern Baar	62
Velofahren	62
Velo-Tagestour «zum Rhyfall»	62
Aqua-Fitness	63
Aqua-Fitness Langzeitgruppen	65

Alltag, Rat und Tat

Juristische Auskunft und Beratung	68
Fragen zur Krankenkasse?	68
Persönliche Beratung	68
Finanz- und Rentenverwaltung	69
Damit mein letzter Wille geschehe	69
Alltags-Assistenz	70
Reinigungsdienst	70
Wäschendienst	70
Von Kopf bis Fuss	70
Steuererklärungs-Dienst	70
Handy-Kurs	71
Senioren-Auftragsdienst	71

Unterwegs

Wir unterstützen Sie «Sicher» im Alltag	74
Tagesausflüge 2009	74
Cornwall und Devon	75
Kreuzfahrt von Passau nach Budapest	76
Berlin–Dresden	76
Erlebnisreise Toskana	76
Moskau und St. Petersburg	77
Flusskreuzfahrt Rhein und Mosel	77
Jakobsweg	77
Vietnam	78
Jass- und Wanderferien Zell am See	79
Jass- und Wanderferien Piemont	79
Jass- und Wanderferien Cinque Terre	81
Wanderwoche Oberengadin	81
Tennis- und Wellnesswoche Lugano	81

Pro Senectute

Team	84
Verabschiedungen	86
Wichtige Informationen	89
Gratischriften, Verkaufsartikel	91

Dank, Impressum

Wir danken herzlich	94
Inserenten und Sponsoren	94

90 Jahre Pro Senectute Kanton Zug

1919	1920	1921	1922	1923	1924	1925	1926	1927	1928
Gründungsjahr Pro Senectute Kanton Zug (Gründung Pro Senectute Schweiz 1917 unter dem Namen Schweizerische Stiftung für das Alter)			Der Name Pro Senectute wird eingeführt			Verankerung der AHV in der Bundesverfassung			
			Schweizerische Nationalbibliothek NB Bibliothèque nationale suisse BN biblioteca nazionale svizzera BN						